

Intensieve basistraining NLP | TA

Compacte 3-daagse bewustwordings- en communicatietraining vanuit de NLP en Transactionele Analyse (TA)

Inleiding

In de 3-daagse Basistraining NLP | TA ligt de focus op het ontdekken en werken met de onderliggende structuren die het gedrag van mensen bepaalt. Inzicht en kennis van die structuren geeft direct antwoord op de vraag waarom jij de dingen doet, zoals je ze doet en hoe het komt dat anderen op hun specifieke manier communiceren en zich gedragen.

Door toepassing van de verschillende NLP | TA technieken leer je de structuren en processen die aan gedrag en communicatie ten grondslag liggen herkennen. Je leert hoe je je eigen gedrag en de manier waarop je communiceert kunt veranderen, zodat je effectiever wordt in de dingen die je doet en je jezelf en anderen met meer succes naar een specifiek doel kunt leiden.

Met communicatie wordt in dit verband meer bedoeld dan 'praten met'; het gaat daarbij over een diepere vorm van contact maken. Welke signalen zenden mensen non-verbaal uit en welke 'verborgen boodschappen' liften mee? En wat voor informatie zendt men naar zichzelf door (interne communicatie) en welke signalen geeft men onbewust aan anderen mee.

Veranderingsvragen

Vragen waarmee wordt gewerkt, die bij het proces van bewustwording en persoonlijke ontwikkeling een belangrijke rol spelen zijn:

- Hoe kan je efficiënt met een ander communiceren als je niet weet hoe je zelf communiceert?
- Waarom is het aangeven van grenzen soms lastig?
- Wat maakt dat we voortdurend in dezelfde situatie terecht komen?
- Hoe komt het dat in de relatie met anderen bepaald gedrag zo lastig is te wijzigen?
- Waarom is effectieve feedback geven soms zo moeilijk?
- Waarom wachten we vaak zo lang voordat we een keuze maken?
- Hoe komt het dat voor sommige mensen alles vanzelf lijkt te gaan en anderen het gevoel hebben dat het leven vol obstakels is?
- Wat weerhoud je nog om jouw talenten optimaal te gebruiken?

Door de beperkende onderliggende structuren op te sporen die in de weg staan aan positief en stimulerend gedrag ten aanzien van dit soort veranderingsvragen zijn we in staat om daar andere keuzes in te maken en nieuwe perspectieven te creëren.

Voor wie

De 3-daagse opleiding NLP | TA is bedoeld voor iedereen die wil werken aan persoonlijke bewustwording en effectiever willen zijn in zijn of haar communicatie en met meer succes doelen wil bereiken in de werkomgeving of in de privésfeer.

Werkmethoden

Er wordt in de opleiding gewerkt met de methoden en technieken uit de Transactionele Analyse (TA) en de NLP.

De Transactionele Analyse (TA) geeft een inzichtelijk referentiekader om patronen in de persoonlijke ontwikkeling van mensen en de interactie tussen mensen te observeren en te analyseren. De technieken en modellen van de Transactionele Analyse zijn bij uitstek geschikt voor de praktische toepassing bij het omgaan met anderen.

De bewustwordingsmethode van de NLP maakt structuren achter het gedrag van mensen helder en geeft een veelheid aan technieken waarmee het eigen gedrag en dat van anderen kan worden gestuurd.

Leer- en veranderingsvragen zijn door de combinatie van NLP en TA snel in kaart te brengen. En door de verschillende technieken vanuit de NLP en TA kunnen nieuwe patronen en nieuw positief stimulerend gedrag worden ontwikkeld.

Praktische informatie

De 3-daagse Basistraining NLP | TA wordt soms gegeven in een blok van 2 dagen gevolgd door een 3e dag een week later en soms in een blok van 3 aaneengesloten dagen. Er wordt op alle dagen gewerkt van 10.00 tot 17.00 uur. Alle te behandelen onderwerpen zijn opgenomen in de reader die bij aanvang van de training wordt uitgereikt. Voor deelname gelden geen bijzondere toelatingsvereisten.

Certificaat en vervolgopleiding

Indien 100% van de trainingsdagen zijn bijgewoond en actief is geparticipeerd gedurende de opleiding dan ontvangt de deelnemer het certificaat van deelname van Plata Opleidingen. De 3-daagse Basistraining NLP | TA is zeer geschikt als vooropleiding voor een van de Practitioner jaartrajecten. Er zijn algemene jaartrajecten en specifieke opleidingen voor het onderwijs en voor de zorgsector.

Intensieve Basistraining NLP | TA

Werkschema en literatuur

<u>Periode</u>	<u>Onderwerpen</u>	<u>Literatuur</u>
Dag 1	Introductie en kennismaking Neuro Linguïstisch Programmeren Basisuitgangspunten Vooronderstellingen van NLP Transactionele Analyse Strooms Leercurve	Reader
Dag 2	Mercedes Model (Neuro)logische niveau's NLP Communicatiemodel Drama- en succesdriehoek Schakelbakmethode	Reader
Dag 3	Representatiesystemen Rapport Feedback Sandwich feedback Doelen stellen Compelling future	Reader